

RIEN QUE DE L'ÉCRIRE ÇA VA DÉJÀ MIEUX

Par **Profil supprimé** Posté le 31/03/2018 à 08h55

Bonjour

Cet écrit est le premier pour moi. Mais il a de l'importance car c'est la première fois que je vais me le marquer en face : je suis alcoolique.

La honte passée voilà mon parcours. Qui ressemble à pas mal de celui de monde. Des 17/18 ans grosse consommation d'alcool les week ends (avec black out)

Puis de consommation excessive le week end elle est passée avec l'âge à une consommation lisée. Fini de boire 1l de whisky le week end. Le litre c'est bu dans la semaine.

Sauf que... J'en suis arrivé à un point où la semaine ce n'est pas qu'un litre de whisky qui y passe mais aussi du vin, de la bière ect ect.

Après les black out, les soirées de dispute liées à l'alcool, la prise de poids, sont arrivées (en écrivant je me trouve tellement bête! Ce qui précède aurait dû suffire à me faire prendre conscience) les pertes de mémoire. Et ça c'est l'effet déclic.

Je ne sais pas par quel bout attaquer : arrêter seul ? Voir un médecin? Pour le moment j'ai la volonté. Si des personnes peuvent me donner leur avis.

Merci de m'avoir lu.

1 RÉPONSE

Profil supprimé - 03/04/2018 à 10h53

Bonjour Juju96

Je suis Pol et j'ai pris conscience ce WE passé de ma consommation excessive et comment arrêter... je me le demande!

Soutenons nous '!... Courage pour toi...je me dis que j'ai arrêté le tabac il y a 14 ans et ça n'a pas été facile... mais ça m'aide d'y penser pour pouvoir me passer de l'alcool'!...Bon Courage encore'!....
